



Bewegungswerkstatt

Touch for Health Ausbildung

1. **Touch for Health 1** 21./22.09.18, Übungsabend Mo. 01.Okt. 17.30 - 21.15h

14 Muskeltests, die den 14 Körpermeridianen zugeordnet sind. Bewegung und Körperspiel sind nicht immer eine Einheit—also nicht in Balance. Werden Bewegungen als stressend empfunden, werden sie entweder vermieden oder kompensiert. Der Fluss der Lebensenergie wird in Touch for Health, für die Muskeln wieder aktiviert, die sich nicht an der Gesamtbewegung beteiligen. Das geschieht durch, Farben (5 + Elemente), Akupressur Punkte und Bewegungen, die dabei helfen Blockaden im Meridiansystem aufzuheben. Meridianrad, Farben, kinesiologischer Muskeltest, Balancesystem des Körpers für Zuhause und sich selbst

2. **Touch for Health 2** 05./06.10., Übungsabend Mo. 15.Okt.

Druck im Alltag und Leere in der Motivation (Über- und Unterenergie balancieren) Wieder leichter werden und wissen woran man in seinem Thema (Gesundheit, Wohlbefinden, Lernfluss..., im Hintergrund arbeiten kann - das ist das Ergebnis einer Balance in Touch for Health 2. Hilfreich dazu ist die Erweiterung des Muskeltestkönnens und das „Hinschauen“ auf die Beweglichkeit als Ganzes. Plus - Arbeit mit stärkenden Metaphern aus den 5 + Elementen und stärkenden Meridian Affirmationen (Sätze).

3. **Touch for Health 3** 19./20.10., Übungsabend Mo. 29.10.

Sicherheit finden durch klare Muskeltests - Korrigieren von versteckten Blockaden und emotionalen Mustern Wie balanciert man was? Präventiv für mich... Gesundheitsorientiert mit meinem Vater arbeiten... Mein Kind balancieren... Es gibt soviel Themen, wie das Leben groß ist! In diesem Teil beginnen wir mehr und mehr die verschiedenen tiefergehenden Techniken zu verwenden, damit man sie im Alltag einsetzen kann.

4. **Touch for Health 4** 09./10.11. Übungsabend Mo. 19.11.

Richtig auftreten, Energievoll strahlen, Motivierend und Erfolgreich im Beruf, der Familie, dem Studium oder einfach im Alltag—wie kann ich mich jeden Tag aufs Neue balancieren und diese Freude weiter leben und geben? Die Gruppe wird jetzt mehr und mehr zu einem Freundeskreis - d.h. nicht dass man mit allen gut Freund sein muss, es läuft einfach darauf hinaus zu leben und leben zu lassen. Dadurch ergibt sich ein Klima, um noch mehr an seinen Potentialen und Chancen im Leben zu arbeiten.

5. **Touch for Health summary** 28.11 - 01.12.18

Bisher noch nicht gemachte Techniken werden wieder sehr alltagstauglich aufgegriffen, sodass es gelingt sie Zuhause einzusetzen Weiterführende Kurse und Ausbildungen, Fachwissen und Austausch im Berufsverband - und nicht zu vergessen - die Abschlusspräsentation der Teilnehmer.

Die Theorie

Touch for Health wird mit „Gesund durch berühren“ übersetzt. Es wurde von Dr. John F. Thie entwickelt und bildet eine Basis der Kinesiologie.

Die Methode nutzt das Wissen der Akupressur und der Meridiane (Energiearbeit) das sich seit 5000 Jahren, für die Balancierung des Energiesystems des Menschen, bewährt hat. Obwohl dieses östliche Gesundheitssystem, auf eine so lange Vergangenheit, zurückblicken kann, hat es nichts an Aktualität verloren und wird seit 1970 in Europa zur präventiven Gesundheitsunterstützung gelehrt.

Die Technik beruht auf der Vorstellung, dass die Lebensenergie in den Meridianen, durch den Körper zirkuliert. John F. Thie hat Muskeln die unter leichtem Test nachgaben, mit Hilfe von Reflexpunkten, (neurolymphatisch, neurovaskulär) gestärkt. Der Muskeltest ist ein Biofeedbacksystem. Durch diese Vorgehensweise entstand die Kombination aus westlicher Bewegungslehre (Muskeln und Spannungsfelder) und der fernöstlichen Gesundheitslehre.

Die Kräfte die in jedem lebenden Körper wirksam sind, werden symbolisiert durch Yin und Yang. Zwischen diesen beiden Prinzipien findet ein beständiger Energieaustausch statt. Die Ausgewogenheit dieses Energieaustausches in den Meridianen ist verantwortlich für die präventive Gesundheit von Körper, Geist und Seele. In den Meridianen fließt das Qi (Energie), das alle Funktionen des Körpers aktiviert. Ist der Fluss des Qi, innerhalb des Meridiansystems gestört oder sogar blockiert, kann dieses seine Aufgaben nicht mehr richtig erfüllen. Eine solche Beeinträchtigung kann das dem Meridian zugeordnete Organ in Mitleidenschaft ziehen und spezifische Beschwerden auslösen. Da die Energieleitbahnen (Meridiane) alle Teile und Organe des Körpers vereinen, können Störungen in einem Meridian, das ganze System aus dem Gleichgewicht bringen und damit zu einem Störfaktor für die Gesundheit des Menschen werden.

Die Methode

Balance durch energetische Hilfestellung

Das Besondere an der Ausbildung ist, dass Sie eine energetische Methode erlernen die Ihnen Wohlbefinden und Prävention von innen heraus ermöglicht und Ihnen noch dazu dabei hilft Ihr Wissen, über typische energiefördernde Hausmittel (Kräuter, Mineralien, Räuchern usw.) die in Tirol gebräuchlich sind, zu erweitern und vertiefter nutzen zu können.

Das Ziel von Touch for Health, ist es Menschen ein besonderes gesundheitsförderndes Übungs- und Balanceverfahren zugänglich zu machen, mit dem es gelingt präventiv für sich selbst und die eigene Familie, da zu sein. Zusätzlich bietet Touch for Health die Möglichkeit, den beruflichen Weg zum/zur KinesiologenIn, zu erlernen und auszuüben.

Informationen zur Touch for Health Ausbildung

Ausbildungsort: Kundl in Tirol

5 Module und 4 Übungsabende, inkl. Kursunterlagen und Zertifikat

Abschluss: Touch for Health Praktiker

Trainer - Herbert Handler, Brain Gym International faculty Österreich

Gesamtunterrichtseinheiten: 100 UE, inkl. 4 Übungsabende

Informationen: Herbert Handler, Praxis in Kundl Dorfstr. 18 Tel.: 0664 2099270

balance@bewegungswerkstatt.at Homepage: www.bewegungswerkstatt.at

Kosten gesamt 1210.-€; TfH 1 - 4 jeweils 230.-€, TfH summary 290.-€

Kurszeiten Freitag 13.30 - 21.00h, Samstag 9.30 - 17.00h (beim Summary am Donnerstag von 17.00 - 21.30h)